



## 男性料理教室 初心者大歓迎

男性が簡単に作れるメニューを、  
優しく丁寧に習えます。  
男性だけの料理教室で、楽しく料理をしてみませんか。



- 期 日** 9月14日(土)
- 時 間** 10:00~13:00
- 場 所** 保健センター調理室
- メニュー** (変更する場合があります)  
中華丼、ほうれん草のおかかポン酢あえ、  
水菜と豆腐のスープ、果物



- 対 象** 町内在住の30歳以上の男性
- 定 員** 20人
- 材料費** 500円
- 持ち物** エプロン・三角巾
- 申込期間** 8月26日(月)~30日(金)
- ▶申し込み・問い合わせ先  
保健センター ☎54-7744 (直通)



## 体力測定会

運動の秋に向けて自分の体力を知り、  
健康管理に役立てましょう。



- 期 日** 9月7日(土)・8日(日)
- 開始時間** 午前の部9:00~、午後の部13:00~
- 場 所** 社会体育館
- 対 象** 運動制限のない中高年者
- 内 容** 上体おこし・開眼片足立ち・長座体前屈・  
握力・10m障害歩行・6分間歩行・  
体組成測定

- 持ち物** 運動できる服装・室内靴・飲み物・タオル
- 費用** 無料
- 定 員** 午前・午後の部ともに50人

- 申し込み締め切り** 8月23日(金)
- ▶申し込み・問い合わせ先  
保健センター ☎54-7744 (直通)



## 9月 保健センター健康ガイド

※やむを得ず日程が変更になる場合は、町ホームページなどでお知らせします。  
あわせてご覧ください。なお、8月の予定は広報7月号13ページをご覧ください。

内 容	日 時	対 象 者	摘 要
1歳6カ月児健診	4日(土)受付13:00~13:15	平成30年2月生まれ	詳細は通知をご覧ください。
3歳児健診	6日(金)受付13:00~13:15	平成28年6月生まれ	詳細は通知をご覧ください。
土日開催	健康相談	8日(土)・28日(土) 10:00~11:30、13:00~15:00	健康相談のある人 相談内容:子育て・健康管理・その他健康に関すること 相談員:保健師
	母子手帳交付	妊婦	妊娠届出書を持参してください。
	パパ・ママ学級	8日(土) 13:00~16:30	妊娠20~35週の妊婦とその家族
障害福祉 なんでも相談室	9日(日) 13:00~17:00 (15~17時は手話通訳者設置)	障害のある人とその家族	相談内容:サービスを使いたい、仕事がしたい、悩みごとがあるなど、なんでもご相談ください。
10~11カ月児健診	10日(土)受付13:00~13:15	平成30年9月16日~ 10月31日生まれ	詳細は通知をご覧ください。
運動発達の相談 (作業療法士)	10日(土) 13:30~16:30	子どもの運動発達の面で アドバイスが欲しい人	相談内容:子どもの運動発達に関すること(いざり・ハイハイしない・お座りができないなど) 相談員:作業療法士 ③保健センターに電話で事前予約をしてください。
3~4カ月児健診	12日(土)受付13:00~13:15	平成31年4月16日~ 5月31日生まれ	詳細は通知をご覧ください。
子育て相談会	13日(日) 14:00~16:00 27日(日) 10:00~12:00	子育てに関して相談のある人	相談内容:子どもの発達や子育てに関すること 相談員:心理士(または保健師) ④保健センターに電話で事前予約をしてください。
2歳児歯科健診	18日(土)受付13:00~13:15	平成29年7月16日~ 8月31日生まれ	詳細は通知をご覧ください。
ことばの相談	18日(土) 14:00~16:00	子どものことばの面で アドバイスが欲しい人	相談内容:子どものことばに関すること (発音・ことばの数が少ないなど) 相談員:言語聴覚士 ⑤保健センターに電話で事前予約をしてください。
わくわくあそび	25日(土) ♪必ず10時までに集合	1歳6カ月~未就学児と保護者	集団遊びやリズム遊びをします。 ⑥生涯学習室 ☎54-1054 (直通)
母乳相談	26日(土) 受付9:30~10:00	乳幼児と親または家族	相談内容:授乳(乳房トラブル)、離乳食のことなど 相談員:助産師・栄養士・保健師 母子手帳を持参してください。

申込不要

申込不要

★育児・介護・医療でお困りの人は「よしおか健康 No.1 ダイヤル24」 ☎0120-026-103 へ! (年中無休・通話無料)